قرآن ایک معجزہ

آج مسلم امہ تاریخ کے مشکل ترین دور سے گزر رہی ہے۔ یوں تو اسلام سے متعلق بعض لوگوں کا یہ خیال کہ یہ ایک جبر اور تشدد پر مبنی مذہب ہے صدیوں پرانا ہے جبکہ حقیقت اس کے بالکل برعکس ہے۔ حالات اور واقعات نے ہمیں ایک ایسے دوراہے پر لا کھڑا کیا ہے جہاں سے ہمیں کوئی راہ سجھائی نہیں دیتی کیرن آرمسٹرانگ (Keren Armstrong) جدید دور کی ایک مشہور رائٹر ہیں جو مذہب پر ایک اتھارٹی مانی جاتی ہیں وہ اپنی تازہ تصنیف "Muhammad the Prophet of Today" میں لکھتی ہیں کہ ہر دو فریقین (مغرب اور مسلم امہ) نے وقت سے کچھ سبق نہیں سیکھا حالانکہ اسلام کے معنی ہی سلامتی کے ہیں۔ مغرب کو چاہیے کہ وہ صبر و تحمل سے کام لے اور ساتھ ہی مسلمانوں کو بھی چاہیے کہ جدید دور کے تقاضوں کو سامنے رکھتے ہوئے اپنے نظریات میں صحت مند تبدیلی لائیں تاکہ ہر دو فریقین ایک پر امن معاشرہ کو جنم دے سکیں۔

قرآن کریم ایک معجزہ ہے جو حضور کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کو خداوند قدوس کی طرف سے عطا کیا گیا۔ اب چونکہ حضور کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے بعد کسی پیغمبر نے نہیں آنا لہٰذا ان کو ایک ایسا معجزہ (قرآن) عطا کیا گیا جس کی حقانیت اور صداقت قیامت تک ثابت ہوتی رہے گی۔ قرآن کریم کے مندرجات کو سمجھنے کے لئے جدید علوم کا حاصل کرنا اور ان پر عبور بہت ضروری ہے۔ قرآن کریم جب آج سے چودہ سو سال پہلے نازل کیا گیا تو اس وقت واقعہ معراج اور دیگر بہت سے واقعات کا ادراک کرنا انسان کے بس کی بات نہ تھی اور نہ آج ہے جبکہ قرآن پاک میں بار بار تکرار ہے "افلا یتدبرون القرآن" کہ تم قرآن پاک کے مندرجات پر توجہ اور غور کیوں نہیں کرتے۔ جب آپ قرآن پاک کو جدید سائنس کی روشنی میں پڑھتے ہیں تو وہ عقدے جو صدیوں سے انسان کے لئے لاینحل تھے حل ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح حضور کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زندگی کے معمولات اور ان کے فرمودات بھی انسان کی روزمرہ زندگی اور دیگر احکامات میں ہماری رہنمائی کرتے نظر آتے ہیں۔ وضو کیسے کرنا ہے، اس کا ہر طرح سے صحیح ہونا اس لئے بھی ضروری ہے کہ نماز بغیر وضو کے ادا ہی نہیں ہوتی۔ وضو کے دوران پاؤں کی انگلیوں کے درمیان مسح کرنا ایک سنت

ہے۔ایک کیڑا Taenia Solium پاؤں کی انگلیوں کے درمیان سے جسم میں داخل ہو کر خون کے ذریعے دماغ، جگر، پھیپھڑے، دل اور پٹھوں میں جا کر رسولی بننے کا سبب بنتا ہے جو ایک اذیت ناک بیماری ہے۔

حضور کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ایک فرمان کہ مسجد داخل ہوتے وقت دایاں پاؤں آگے جبکہ نکلتے وقت بایاں پاؤں آگے رکھیں۔ اور اسی طرح بیت الخلاء میں داخل ہوتے وقت بایاں اور نکلتے وقت دایاں آگے رکھیں۔ جدید تحقیق سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ اچانک حرکت قلب بند ہو جانے کی صورت میں اگر دایاں پاؤں آگے ہو تو آدمی آگے گرتا ہے جبکہ بایاں آگے ہو تو پیچھے کی جانب گرتا ہے۔یعنی اگر انسان مسجد میں داخل ہو رہا ہو یا نکل رہا ہو تو ہر دو صورت میں مسجد کے اندر گرے گا جبکہ بیت الخلاء کی صورت میں باہر گرے گا۔ 1986 میں ٹوکیو میں ایک بہت بڑی 10 روزہ طبی کانفرنس منعقد ہوئی جس میں لگ بھگ 10000 مندوبین نے تحقیقی مقالے پڑھے۔ایک دن کچھ ایسے مقالے پڑھے گئے جن میں ہمارے روز مرہ کے معمولات جیسے طہارت، ہاتھ منہ دھونا، کھانا کھانا، بیت الخلاء کا استعمال وغیرہ کا خصوصی طور پر ذکر کیا گیا ان میں سے کچھ کا تذکرہ ہم ذیل میں کریں گے۔

1۔ جاپان میں خودکشی کا رجحان بہت زیادہ ہے جبکہ وہ لوگ جو ہاتھ منہ باقاعدگی سے دن میں کئی بار دھوتے ہیں ان میں یہ رجحان بہت کم ہوتا ہے۔

2۔ مسلمانوں میں طہارت پانی سے کی جاتی ہے جبکہ مغربی دنیا میں ٹوائلٹ پیپر کا استعمال کیا جاتا ہے۔مختلف مقالاجات میں اس بات کی نشاندہی کی گئی کہ ٹوائلٹ پیپر کے استعمال سے جہاں پانی میں آلودگی کا احتمال بڑھ جاتا ہے وہاں ٹشو پیپر کے استعمال سے مقعد کے نزدیک ایک ایسا پھوڑا (Pilonidal Sinus) پیدا ہوتا ہے جس کا ایک منہ انتڑیوں کے اندر ہوتا ہے اور دوسرا مقعد کے کنارے پر جس سے ہر وقت لباس خراب ہوتا رہتا ہے۔

3۔ کھڑے ہو کر پیشاب کرنے سے مثانے کے غدود بڑھنے کا امکان زیادہ ہو جاتا ہے۔

4۔ کھڑے ہو کر کھانے سے بدہضمی، معدے کی تکلیف (Peptic Ulcer) کا احتمال بڑھ جاتا ہے۔

ان مقالہ جات کے بعد ڈاکٹر نور احمد نور نے جو کہ وہاں پاکستانی وفد کی قیادت کر رہے تھے حاضرین پر واضح کیا کہ آپ نے روزہ مرہ کے معمولات کے حوالے سے جو نتائج آج اخذ کیئے ہیں ہمارے پیغمبر علیہ السلام نے ہمیں آج سے چودہ سو سال پہلے ہی اس سے متعلق آگاہ کر دیا تھا۔

اب ہم نماز کی طرف آتے ہیں جس سے متعلق ہمیں قرآن کریم میں بارہا تاکید کی گئی۔

نماز کیا ہے؟ اکثر اوقات بیشتر حضرات یوگا سے متاثر نظر آتے ہیں۔ یوگا کی بنظر غائر تفصیل پڑھی تو

یہ بات واضح ہوتی چلی گئی کہ یوگا کی بعض حالتیں اور ارکان تقریباً وہی ہیں جن کی تعلیم ہمیں نماز میں دی گئی ہے۔ یوگا ہندوستان کی کلاسیکل سائنس ہے۔ لفظ "یوگا" کی معنی روح کو پانا اور اس میں سما جانا ہے۔ یوگا کے ارکان مختلف اوقات اور کتب میں بہت سے ناموں کے ساتھ بیان کیے گئے ہیں جن کا مقصد ذاتی اور معاشرتی اخلاق اور اصول، سانس لینے کے طریقے، حواس پر قابو پانا، خیال کو یکجا اور منجمد کرنا، استغراق اور مراقبہ اور خالق سے ملنا وغیرہ ہیں۔ اور یہی نماز کی روح بھی ہے۔ جب نماز کے دوران یہ تصور پختہ ہو جائے کہ آپ رب العزت کو دیکھ رہے ہیں یا کم از کم وہ آپ کو دیکھ رہا ہے جسے مومن کی معراج کہا گیا ہے تو وہ تمام عوامل جو یوگا کی روح ہیں نماز کے ہر حکم میں سما جاتے ہیں۔

وضو کے بعد نماز کی نیت۔ اکیلے یا با جماعت نماز کی ادائیگی کے لئے جب آپ کھڑے ہوتے ہیں تو رکوع، سجدہ یا بیٹھے ہوئے ان تمام ارکان پر عمل کرتے ہیں جن کا ہمیں حضور کریم ﷺ کی طرف سے ارشاد ہوا ہے۔ اگر آپ اپنے سانس کو ایک اعتدال کے ساتھ قابو کرتے ہوئے پیٹ کے عضلات کو اندر کی طرف کھینچیں تو آپ کی توند نہیں بڑھے گی کیونکہ اس طرح سے عمل کرنے کے لئے آپ کو کھانا بھی مناسب اور کم مقدار میں کھانا پڑے گا۔ اور جب سانس پر قابو رکھیں گے تو آپ کا خیال اور دھیان بھٹکنے نہیں پائے گا۔

نماز کی ہر حالت کا تفصیل سے جائزہ لیتے ہیں۔

ہر مسلمان کے لئے 5 وقت کی نماز جس میں کچھ جسمانی حالتوں (Physical positions) میں کچھ کلمات ادا کیے جاتے ہیں، انسان کی ذہنی، بدنی اور روحانی نشوونما کے لئے نہایت اہم ہیں۔ میڈیکل سائنس بھی انسان کے لئے اٹھنے بیٹھنے اور چلنے پھرنے کے خاص طریقے وضع کرتی ہے ورنہ انسان اپنے غلط طریقے سے سونے، چلنے پھرنے، اٹھنے بیٹھنے کی وجہ سے مختلف معذوریوں (Deformities) کا شکار ہو جاتا ہے۔

اس مضمون میں مختلف اوقات میں نماز کی درست طریقے سے ادائیگی سے ہمارے اعصاب، دورانِ خون اور عضلاتی نظام پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں اس کا تفصیل سے جائزہ لیں گے۔ یہ ذہن نشین کر لیں کہ نماز کی ادائیگی کے دوران تعدیل ارکان یعنی انتہائی تحمل، بردباری اور سکون کے ساتھ ارکان کی ادائیگی اور ایک سے دوسری حالت میں جانے کی صورت ہی میں آپ نماز سے صحیح اور خاطر خواہ فائدہ اٹھا سکیں گے۔

"اللہ اکبر" کے بعد جب آپ "قیام" یعنی سیدھے کھڑے ہونے کی حالت میں ہوتے ہیں تو آپ کے دونوں کندھے برابر ہونے چاہئیں، جسم کا وزن دونوں ٹانگوں پر برابر تقسیم ہونا چاہئے، کمر کے پچھلے

اور ریڑھ کی ہڈی بالکل سیدھی رہنی چاہیئے، پیٹ کے پٹھوں کو اندر کی طرف کھینچیں، سانس ایک ترتیب اور اعتدال کے ساتھ اندر اور باہر نکالیں اور آنکھیں سجدہ کی جگہ مرکوز ہوں۔ عام طور پر یہ حالت تقریباً 40 سیکنڈ کے لئے ہوتی ہے اس میں آپ کے بدنی عضلات کو نہ صرف خون احسن طریقے سے پہنچتا ہے بلکہ ان کی ہلکی ہلکی حرکت سے پٹھے بھی مضبوط ہو جاتے ہیں۔ اور ذہنی کیفیت انتہائی پر سکون ہو جاتی ہے۔

مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ جب آپ اپنے جسم کو دنیا سے علیحدہ کر کے اپنے ذہن کو اس پر مرکوز کر لیتے ہیں تو آپ کا خیال بھٹکنے نہیں پاتا اور آپ دلجمعی سے نماز ادا کر پاتے ہیں۔ ایسی حالت میں دماغ سے کچھ کیٹو کولا مین (Catecholamine) جن کو Endorphins کہتے ہیں پیدا ہوتی ہیں جو ذہن میں ایک انتہائی سکون کی کیفیت طاری کر دیتی ہیں اور کچھ ایسی ہی کیفیت مراقبہ/ استغراق وغیرہ میں بھی حاصل ہوتی ہے۔ لمبی نماز خصوصاً تراویح کے دوران خاصا وقت ہوتا ہے، آپ پنڈلی اور ران کے عضلات یا پٹھوں کو گاہے بگاہے سکیڑتے اور پھیلاتے ہیں تو ان عضلات کی جانب دوران خون بڑھ جاتا ہے۔

اس کے بعد "رکوع" میں جاتے ہیں جس میں ہتھیلی سے گھٹنوں کو مضبوطی سے تھامنا ہوتا ہے، تمام انگلیوں کو علیحدہ رکھنا چاہیئے، ٹانگیں سیدھی ہونا ضروری ہیں اور جسم 90 درجے کے زاویے پر جھکا ہو۔ کمر اس طرح سیدھی ہونی چاہیئے کہ کمر یا ریڑھ کی ہڈی میں خون کے بہاؤ میں کسی قسم کی رکاوٹ کا احتمال نہ رہے۔ اس حالت میں آپ تقریباً 12 سیکنڈ رہتے ہیں۔

طبی تحقیق میں رکوع کی اس حالت میں ورزش کرنا تبخیر معدہ، انتڑیوں کی بیشتر تکلیفوں کے ساتھ ساتھ پیٹ کی زائد چربی بھی اترنے کا موجب بنتا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے لئے یہ بہت عمدہ ورزش ہے۔ دائمی قبض، کے لئے بھی یہ حالت بہت کارآمد تصور کی جاتی ہے۔

رکوع کے بعد آپ "قومہ" یعنی سیدھے کھڑے ہونے کی حالت میں تقریباً 6 سیکنڈ کے لئے جاتے ہیں لیکن اس حالت میں آپ کے بازو بالکل سیدھے رہتے ہیں۔ اس حالت میں کمر اور پیٹ کے عضلات کو دوران خون اور غذائیت بہتر انداز میں پہنچ پاتی ہے۔ رکوع کے دوران خون جو اوپر کے آدھے حصے کو منتقل ہو گیا تھا وہ اپنی اصلی حالت میں واپس آجاتا ہے۔

اس کے بعد آپ چوتھی حالت جسے زمانہ قدیم سے عبادت کی روح قرار دیا گیا ہے یعنی "سجدہ" میں جاتے ہیں۔ سجدہ کی حالت میں جھکتے ہوئے ماتھا زمین پر اس طرح سے جا لگتا ہے کہ جسم کے بیشتر حصے زمین کو مس کر رہے ہوتے ہیں۔ جیسے ماتھا، ناک، دونوں ہاتھ جن کی انگلیاں بالکل ملی ہوں، دونوں گھٹنے، دونوں پاؤں اور ان کے انگوٹھے زمین کو چھو رہے ہوتے ہیں۔ اس حالت میں خون کا دوران جسم کے اوپر

والے آدھے حصے کی جانب خصوصاً دماغ، آنکھ، ناک، کان، پھیپھڑوں کی طرف بڑھ جاتا ہے۔ یہ کیفیت بھی تقریباً 12 سیکنڈ کی ہوتی ہے۔ سجدہ جسے نماز میں مراقبہ کی کیفیت سے بھی تعبیر کیا جاتا ہے، یہ حالت ذہنی اضطراب، بے چینی، بے قراری، اعصاب شکنی، چڑچڑاپن، بے خوابی وغیرہ کے لئے بہت کارآمد ہے۔ سجدہ کی حالت انتہائی عاجزی اور انکساری کو ظاہر کرتی ہے۔ جب آپ دل اور دماغ مکمل طور پر خالق حقیقی کے سامنے اس بات تسلیم کرتا ہے کہ تیری ذات کے علاوہ ہم کسی کے سامنے جھکنے کا تصور بھی نہیں کرسکتے۔ یوگا میں ایک ایسی ہی ملتی جلتی حالت کو دل، بلڈ پریشر، عمر رسیدہ آدمی، حاملہ عورتیں ادا نہیں کرسکتیں۔ جبکہ نماز میں سجدہ تقریباً ہر آدمی ادا کرسکتا ہے۔

پانچواں رکن، پہلے اور دوسرے سجدے کے درمیان بیٹھنے کو "جلسہ" کا نام دیا گیا ہے، اس میں آدمی کو بائیں ٹانگ اور پاؤں پر بیٹھنا ہوتا ہے جبکہ دائیں ٹانگ مڑی ہوتی ہے اور اس کا وزن انگلیوں پر ہوتا ہے، کمر اور سر کو بالکل سیدھا رکھا جاتا ہے۔ اس حالت میں جسم کے تمام عضلات یا پٹھے بالکل ریلیکس کر جاتے ہیں۔ جس سے تازہ خون جو جسم کے اوپر والے حصے کی طرف سجدے کے دوران چلا جاتا ہے اپنی نارمل حالت میں آجاتا ہے۔ یہ حالت معدہ اور انتڑیوں کی تکلیف کے لئے بہت مفید تصور کی جاتی ہے۔ اس دوران خون کا بہاؤ ران کے پٹھوں کی طرف زیادہ ہوجاتا ہے۔ اس کیفیت میں معدے کی تکالیف Acid Peptic کی بیماری اور انتڑیوں کے دوسرے امراض پر مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ یہ کیفیت مراقبہ، نروانا اور گیان دھیان جیسی ہوتی ہے۔

اس کے بعد پھر سے چوتھی یعنی سجدے والی حالت میں لوٹ جانا ہوتا ہے۔ یہ کیفیت ایک مرتبہ پھر دماغ، دل اور پھیپھڑوں کی جانب خون کے دوران کو بڑھانے کا سبب بنتی ہے۔

ساتویں اور آخری حالت قیام کی طرف لوٹنا یا "اٹھنا" ہے اور پھر پہلی رکعت کی طرح آگے کی حالتوں پر عمل کرنا ہے۔ اٹھتے وقت پاؤں کی انگلیوں پر وزن ڈالتے ہوئے بغیر کسی سہارے کے (اگر ممکن ہوسکے) اس طرح اٹھیں کہ جسم کا تمام تر وزن دونوں پاؤں کی انگلیوں پر برابر تقسیم ہو۔ اٹھتے وقت اور اسی طرح بیٹھتے وقت ہمارے جسم کا بیشتر وزن ہماری ریڑھ کی ہڈی پر پڑتا ہے۔ اس کے علاوہ ران، گھٹنا، پنڈلی کے پٹھے باقاعدگی کے ساتھ حرکت کرتے ہیں جو ان ارکان کی بطریق احسن ادائیگی سے مضبوط تر ہوجاتے ہیں۔ جو آدمی باقاعدگی اور درست طریقے سے انتہائی آرام اور سلیقے کے ساتھ نماز ادا کرے، وہ دوسرے لوگوں کی نسبت گھٹنے اور دیگر جوڑوں کے دردوں اور پٹھوں وغیرہ کے درد سے محفوظ رہتا ہے۔ نماز کے تمام ارکان کی باقاعدہ ادائیگی سے جہاں آدمی تروتازہ، چست اور صحت مند رہتا ہے وہاں قرآن کریم کی تلاوت سے ایک عجیب طرح کی روحانی تسکین بھی حاصل کرتا ہے۔ جب ہم نماز کی صورت میں

لاشعوری طور پر ایک پر سکون بدنی اور جسمانی ورزش کر رہے ہوتے ہیں اور اسی دوران میں کلام پاک کی تلاوت بھی شروع ہو جاتی ہے تو یہ ہمارے جسم اور روح کی مکمل غذا بن جاتی ہے جس سے آدمی نہ صرف ذہنی سکون سے مستفید ہوتا ہے بلکہ ایک باقاعدہ بدنی ورزش کے فوائد بھی حاصل کر لیتا ہے۔

آخر میں "قعدہ" کی حالت میں خداوند قدوس کی ثناء، نبی کریم ﷺ پر درود اور والدین کے لئے دعا کرنے کے بعد سلام پھیرتے ہیں، پہلے دائیں جانب پھر بائیں جانب۔ ان تمام ارکان کی ان کی روح کے مطابق ادائیگی سے آدمی نہ صرف ایک صحت مند زندگی گزار پاتا ہے بلکہ اپنے روزمرہ معمولات بھی احسن طریقے سے ادا کرتا ہے۔ نماز کی ادائیگی کے دوران آپ کی آنکھیں سجدے کی جگہ پر مرکوز ہونی چاہئیں اور دعا مانگتے ہوئے دونوں ہاتھوں کے درمیان۔ چہرے اور آنکھوں کو مت گھمائیں اور تلاوت انتہائی دھیمی آواز میں کریں کہ صرف آپ کے کان سن سکیں۔ تلاوت کے دوران بہتر ہے کہ آپ الفاظ کے معنی بھی ملحوظ رکھیں۔ نماز کے دوران دیگر غیر ضروری حرکات سے پرہیز لازم ہے۔ یہی وہ باتیں ہیں جن پر عمل کرنے سے آپ نہ صرف خداوند قدوس کے سامنے کھڑے ہو کر عبادت کر رہے ہوتے ہیں بلکہ لاشعوری طور پر آئیسوٹانک اور آئیسومٹرک ورزش کے ساتھ ساتھ یوگا اور مراقبہ کے تمام فوائد کو یکجا پا لیتے ہیں۔ جب آپ ایک بار ان تمام عوامل پر عبور حاصل کر لیتے ہیں یعنی وہ نماز جس کی ادائیگی میں آپ جسم و روح سے رب العزت کے سامنے پیش ہوتے ہیں تو آپ کا ذہن قطعی طور پر دنیا و مافیہا سے لاتعلق ہو جاتا ہے۔ اس ضمن میں دو واقعات کا ذکر کرتے ہیں۔

روض الریاحین میں منقول ہے کہ ایک مرتبہ امام زین العابدینؒ ایک مسجد میں نماز پڑھ رہے تھے کہ مسجد کی چھت کو آگ لگ گئی۔ بہت لوگ جمع ہوئے، خوب شور و غل مچا مگر آپؒ کو اصلاً خبر نہ ہوئی۔ جب نماز سے فارغ ہوئے تو لوگوں نے کہا کہ اس شور و غل میں بھی آپ نماز پڑھتے رہے۔ آپؒ نے فرمایا کہ تم لوگ مجھے دنیا کی آگ سے بچانے کے لئے فکر مند رہے جب کہ میں اپنے مالک کی بارگاہ میں آخرت کی آگ سے بچنے کے لئے فریاد کر رہا تھا۔

تہذیب الکمال فی اسماء الرجال میں منقول ہے کہ سفیان ثوریؒ ایک دن بیت اللہ کے پاس نماز پڑھنے میں مشغول تھے کہ کوئی چیز گری اور آپؒ کے ایک پاؤں کی دو اور دوسرے کی تین انگلیاں کٹ گئیں مگر آپؒ کو خبر نہ ہوئی۔

ایک بار جب کوئی ذہنی ارتقاء کی اس منزل کو پا لیتا ہے تو واقعتاً یہی مومن کی معراج ہے۔ کیونکہ یہ وہ کیفیت ہے کہ جب آپ کا ذہن حتمی طور پر خداوند قدوس کو اپنے سامنے محسوس کرتا ہے۔ آنکھوں کو ایک جگہ مرکوز رکھنا ہی عبادت کی معراج ہے کیونکہ تلاوت کے دوران جب آپ کی آنکھیں ایک جگہ مرکوز نہیں

ہوتیں تو ذہن بھٹکنے لگتا ہے جبکہ ایک جگہ مرکوز ہونے سے باطن کے دروازے کھل جاتے ہیں اور ذہنی سکون، آسودگی اور پاکیزگی کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ یہ کیفیت نہ صرف بہت سی ذہنی اضطرابی بیماریوں کو ختم کرنے کا سبب بنتی ہے بلکہ ہمارے جسم پر بھی اس کے اثرات پڑتے ہیں۔

اِنَّ الصَّلٰوۃَ تَنْھٰی عَنِ الْفَحْشَآءِ وَالْمُنْکَرِ نماز برائی سے روکتی ہے۔ دراصل وہ نماز، نماز ہی نہیں جو برائی سے نہ روکے۔ یہ وہ فرق ہے جس کا ہر نمازی کے لئے جاننا نہایت ضروری ہے۔ خداوند قدوس کو ہماری نماز کی کیا ضرورت ہے۔ کبھی آپ نے سوچا؟ رب العزت کو ہماری اٹھک بیٹھک سے کیا سروکار ہے۔ یہ تو ہماری بدنی ذہنی اور روحانی نشوونما کے لئے ایک مشق ہے۔ کبھی آپ باقاعدگی سے پانچ وقت باجماعت نماز ادا کرکے تو دیکھیں۔ جو کام ویسے سارے دن میں آپ نہیں کرسکتے، چند گھنٹوں میں احسن طریقے سے سرانجام دے سکیں گے۔ میرا ایمان ہے کہ تقریباً تمام ہی مذاہب اپنی اصل میں خداوند قدوس کی طرف سے نازل کردہ ہیں اور اس بات پر تو قرآن حکیم بھی گواہ ہے کہ اللہ کے ہاں دین صرف ایک ہی ہے اور وہ "اسلام" ہے۔ جسے انسانی ترجیحات نے امتدادِ زمانہ کے ساتھ ساتھ اصل شکل سے بدل کر مختلف صورتوں میں ڈھال دیا ہے، ہر فرقہ اپنے قیاس میں صحیح راستے پر ہے۔ ہندومت سے منسوب یوگا اور نماز کے ارکان میں مماثلت شاید اسی وجہ سے ہے۔ میں حتمی طور پر تو نہیں کہہ سکتا لیکن تمام تر تفصیل کے بعد گمان غالب تو یہی ہے کہ تمام مذاہب حتیٰ کہ ہندومت بھی اپنی ابتداء میں آفاقی مذاہب تھے لیکن ان کی حالیہ صورت انسانی مزاج کے اختلاف کی وجہ سے ان گنت فرقوں میں بٹ کر بہت ہی بدل چکی ہے۔

سب سے آخر میں نماز باجماعت کی ادائیگی سے متعلق ایک بات۔ جب انسان رنگ و نسل اور سوشل سٹیٹس سے ماوراء ہوتے ہوئے ایک ہی صف میں کھڑے ہوکر اس رب العزت کے سامنے حاضری دیتے ہیں تو مخلوق کو اپنے خالق کی طرف سے ایک پیغام ملتا ہے کہ میرے سامنے شاہ و گدا سب برابر ہیں۔ پانچ وقت کی باجماعت نماز سے باہمی پیار، انس، یگانگت اور بھائی چارے کا سبق ملتا ہے۔ نیز یہ کہ باجماعت نماز باہمی تعلقات میں Cooperation اور Understading کا سبب بنتی ہے۔ نماز کے اوقات اور ان میں ارکان اس سائنٹفک طریقے وضع کیے گئے ہیں کہ آپ لاشعوری طور پر دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد جب نماز کے تمام ارکان کو ان کی اصل روح اور ہدایت کے مطابق ادا کرتے ہیں یعنی رکوع اور سجدہ وغیرہ تو آپ کھانا بھی اعتدال سے کھاتے ہیں ورنہ سجدہ اور رکوع میں آپ کو دقت پیش آتی ہے۔ یعنی کم کھانا اور اس طرح کھانا کہ ابھی تھوڑی بھوک باقی ہو اور کھانے سے ہاتھ اٹھالیا جائے تو نماز کے ارکان آپ بہت احسن طریقے سے ادا کرسکتے ہیں جو آپ کے وزن کو اعتدال میں رکھنے کے لئے

بہت عمدہ عمل ہے۔

آج ہم ان جدید تقاضوں کو مدنظر رکھتے ہوئے مغرب کو یہ باور کرانا چاہتے ہیں کہ اسلام ایسا مذہب ہے جس کی بنیاد صرف سچائی پر ہے اور سچائی ہی ہر مذہب کا فلسفۂ ایمان ہے۔ قرآن وہ کتاب ہے جو چودہ سو سال پیشتر نازل ہوئی، اس کی ابدی سچائی ہی اس مذہب کی سچائی کی بھی ضمانت ہے۔ بایں ہمہ میں نے اپنی اس زیر مطالعہ کتاب میں مسلم امہ کے خلاف ہونے والی سازش کو بے نقاب کرنے کی کوشش کی ہے جس کی مثال آج ہم سب کے سامنے ہے۔ روزمرہ کے خودکش حملے ایک گہری سازش کی کڑی ہیں۔ ہمیں مغرب اور دیگر مذاہب کے لوگوں کو باور کرانا ہے کہ ہم صلح اور امن کے پیامبر ہیں اور قرآن ایک ایسی کتاب ہے جو آج کے جدید سائنسی تقاضوں کو صحیح معنوں میں پوری طرح بیان کرتی ہے۔ اگر یوں کہا جائے تو زیادہ بہتر ہوگا کہ جدید سائنس بھی قرآن حکیم کی صداقت کو احسن طریقہ سے بیان کر رہی ہے۔

قرآن ایک معجزہ میں جہاں میں نے اس کی سائنسی توجیہ پیش کرنے کی جسارت کی ہے مجھے ڈاکٹر عبد القدیر خان صاحب کا یہ آرٹیکل جو روزنامہ جنگ میں شائع ہوا اور جو انسانی اخلاق حسنہ سے متعلق بہت ہی اچھا لگا تو میں نے قارئین کے لئے یہاں قرآن کریم ہی کی نسبت سے درج کیا ہے۔